

2026年 1 月 献 立 表

月	火	水	木	金	土
<div>        </div>					
5	6	7	8	9	10
ご飯 鯛の塩焼き 錦糸和え 黒豆 お雑煮	ご飯 チキンソテーマトソース 洋風煮豆 コンソメスープ	菜飯 プリの照り焼き 千切り大根煮物 味噌汁	ご飯 肉うどん 金平ごぼう 	ご飯 オープンオムレツ キャベツのマスタード和え コンソメスープ	ご飯 豚とナスの味噌炒め 小松菜のごま和え 中華スープ
I初時 - 655 kcal	I初時 - 1163 kcal	I初時 - 604 kcal	I初時 - 677 kcal	I初時 - 586 kcal	I初時 - 658 kcal
12	13	14	15	16	17
お休みです (給食はありません) 	ご飯 肉団子のクリーム煮 ブロッコリーサラダ コンソメスープ	ご飯 ホイコーロー 大根の甘酢和え 中華スープ	ご飯 鶏の唐揚げ かぼちゃの煮物 味噌汁	ご飯 焼きそば ごった煮 味噌汁	お休みです (給食はありません) 
I初時 - 685 kcal	I初時 - 559 kcal	I初時 - 884 kcal	I初時 - 740 kcal		
19	20	21	22	23	24
ご飯 豚肉の生姜焼き なすの煮浸し 味噌汁	ご飯 ちゃんぽん シュウマイ	キーマカレー 野菜サラダ りんごゼリー 	ご飯 赤魚の煮付け 高野豆腐の煮物 味噌汁	ご飯 煮込みハンバーグ マカロニサラダ コンソメスープ	ご飯 鶏の照り焼き オクラとえのきの土佐和え 味噌汁
I初時 - 742 kcal	I初時 - 827 kcal	I初時 - 992 kcal	I初時 - 604 kcal	I初時 - 1185 kcal	I初時 - 855 kcal
26	27	28	29	30	31
ご飯 チキン南蛮 こんにゃくの炒り煮 味噌汁 	ご飯 鮭の柚庵焼き ひじきの煮物 味噌汁	ご飯 八宝菜 レンコンの金平 中華スープ	ご飯 とんかつ 春雨の和え物 味噌汁	牛丼 大根サラダ 味噌汁	
I初時 - 1098 kcal	I初時 - 661 kcal	I初時 - 792 kcal	I初時 - 839 kcal	I初時 - 643 kcal	